

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ ПО ТЕМЕ:

«Воспитание здорового образа жизни через занятия по валеологии»



Алексеева Светлана Николаевна
воспитатель I категории

Цель: воспитать у детей потребность в здоровом образе жизни, формировать ответственность за сохранение собственного здоровья.

Задачи:

- углубление знаний детей о строении организма человека;
- воспитание у детей заботы о своем организме, желание быть всегда здоровым;
- овладение практическими навыками ухода за телом;
- воспитание у детей самоуважение, чувство социальной значимости, самоутверждения в своей неповторимости, индивидуальности в глазах сверстников и взрослых;
- формирование у детей мотивации на здоровье и здоровый образ жизни.



Ожидаемый результат:

- осознание родителями и детьми понятия «здоровый образ жизни» и влияние образа жизни на состояние здоровья;
- повышение уровня адаптации к современным условиям жизни овладение навыками самооздоровления;
- оформление творческих выставок, фотовыставок.



Работа по валеологическому воспитанию разделена на 6 блоков:

1. «Человек»;
2. «Гигиена и здоровье»;
3. «ОБЖ»;
4. «Здоровое питание»;
5. «Мы и природа»;
6. «Полезные продукты».



«Человек»





«Гигиена и здоровье»



«ОБЖ»



«Здоровое питание»



«Мы и природа»



«Полезные продукты»



«Игровые массажи»



«Физминутки и гимнастика после сна»



«Дидактические игры»



«Подвижные игры»



Совместные мероприятия с родителями



Занятие – практикум «Гимнастика после сна»



«Диагностика»



Быть здоровым – естественное желание каждого человека. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.



***Спасибо за
внимание!***

